

ANNEXE A LA FICHE D'INSCRIPTION

Organisation prévisionnelle des entraînements et Objectifs de chaque catégories :

	U12	U13	U14	U15	U16+
Objectif de la catégorie	Prise de marques sur le circuit Mont Blanc	Adaptation complète du circuit Mont-Blanc	Sélection pré comité	Sélection comité	Selection comité, coupe de France, Grand prix ou DE
Début des entraînements	Fin mai / Début juin	Fin mai / Début juin	Fin mai / Début juin	Fin mai / Début juin	Début juin
Jours d'entraînements automne	Mardi AM (classe sportive 15h30/17h30) Mercredi AM Samedi AM	Mardi AM (classe sportive 15h30/17h30) Mercredi AM Samedi AM	Mercredi AM Jeudi AM (classe sportive 15h30/17h30) Samedi matin	Mardi AM (classe sportive) Mercredi AM Jeudi AM (classe sportive 15h30/17h30) Samedi matin	Mardi AM (classe am. 1er/Term) Mercredi AM Vendredi AM (Classe Am.) Samedi matin
Jours d'entraînements hiver	Mardi matin (classe sportive) Mercredi AM Jeudi AM (classe sportive) Samedi AM	Mardi matin (classe sportive) Mercredi AM Jeudi AM (classe sportive) Samedi AM	Mardi AM (classe sportive) Mercredi AM Jeudi matin (classe sportive) Samedi matin	Mardi journée (classe sportive) Mercredi AM Jeudi matin (classe sportive) Samedi matin	Mardi AM (classe aménagée) Mercredi AM Vendredi AM (classe aménagée) Samedi matin
Stage d'été		1 stage en juillet 1 stage en août	1 stage en juillet 1 stage en août	1 stage en juillet 1 stage en août	1 stage en juillet 1 stage en août
Automne	1 stage Toussaint	1 stage Toussaint	1 stage Toussaint	1 stage ou journées libérées du collège en septembre 1 stage Toussaint	1 stage Toussaint
Courses ski roue			Grand prix Championnats de France en ski roue	Grand prix Championnats de France en ski roue	Challenge Vincent Vittoz (fin été) Grand prix Championnats de France en ski roue
Hiver	1 stage ou journées libérées par le collège en novembre + 1 stage pendant les vacances + libérées collège	1 stage ou journées libérées par le collège en novembre + 1 stage pendant les vacances + libérées collège	2 stages + libérées collège	2 stages + libérées collège	1 stage pendant les vacances
Courses ski de fond	Environ 10	Environ 13	Environ 14	Environ 15	Environ 15 grand prix 6-8 coupe de France
Biathlon	Tir 10m : 2 courses l'hiver, quelques initiations à l'entraînement	Tir 10m : 2 courses l'hiver, 1 entraînement /semaine	Tir 10m : 2 courses l'hiver, 1 entraînement /semaine	Choix tir 50m ou ski de fond 1 course l'automne, 1 ou 2 courses l'hiver	Tir 50m : 6 courses dans l'hiver 2 ou 3 dans l'automne
Fin des entraînements hiver	Début / mi avril selon conditions	Début / mi avril selon conditions	Début / mi avril selon conditions	Début / mi avril selon conditions	Début / mi avril selon conditions

SKI-ROUE CONTAMINES

Les entraînements "Ski-roue" du printemps et de l'automne se feront en partie sur la piste de ski-roue des Contamines. Vous pourrez faire le choix soit de payer le forfait au coup par coup, soit de prendre un abonnement saison (Mai-Novembre) :

Prix forfait coup par coup Fond	9€
Prix forfait coup par coup Biathlon	12,50€
Prix forfait saison Fond	90€
Prix forfait saison Biathlon	125€

CHARTRE SKI NORDIQUE CHAMONIX

La section ski nordique regroupe le ski de fond et le biathlon. Notre priorité est la compétition dans ces deux disciplines. Cette orientation, nous la voulons dans le respect du niveau et de la progression de chaque jeune.

Nous sommes présents sur tous les événements : Grands Prix, Courses Régionales et Nationales, Championnats de France des Clubs etc... afin de permettre à chacun de s'exprimer à son niveau.

Le ski de fond est un sport exigeant demandant une implication importante toute l'année.

Cette charte est un lien important entre l'athlète et le club. Elle définit les engagements à respecter pour entretenir un esprit nordique fort.

En signant cette charte, vous vous engagez à :

- Respecter vos entraîneurs, vos partenaires d'entraînements, les bénévoles du club,
- Venir aux entraînements et courses proposés par le club,
- Prévenir les entraîneurs lorsque vous ne pouvez pas être présents aux entraînements et aux courses
- Répondre rapidement aux messages WhatsApp ou autres,
- Respecter le matériel qui vous est confié (skis, bâtons, ski roues),
- Entretien vos skis (défarter et paraffiner) ,
- Respecter le matériel qui vous est mis à disposition (table, fer....)
- Respecter et tenir les locaux et les bus en bon état,
- Respecter les règles des classes sportives,
- Mettre tout en œuvre pour atteindre VOTRE meilleur niveau,
- Respecter le règlement intérieur,

L'athlète

Les parents